



# Miscelânea

## Curiosidades

O bocejo é um movimento muscular que se produz tanto em pessoas como em animais. Diz-se que normalmente o bocejo corresponde ao sono. Estudos científicos recentes apontam que o bocejo está sim relacionado ao sono, no entanto, conforme apontam as pesquisas, o bocejo é uma forma do organismo driblar o sono. Ao bocejar, a pessoa estimula a circulação sanguínea e diminui a temperatura corporal, o que colabora para aumentar o estado de atenção. O estudo citado anteriormente corrobora com as informações comuns de que o ato de bocejar está relacionado a momentos de baixo metabolismo do corpo. O bocejo é muito encontrado em artes em geral, como no desenho animado A Bela Adormecida de Walt Disney. Na literatura também se encontra uma grande quantidade de alusões ao dito fenômeno. Ainda há aspecto sobrenatural do bocejo. Determinadas crenças acreditam que o bocejo é a conexão das almas de cada pessoa. Quando uma pessoa boceja o reflexo humano é de circunstâncias complexas, sem nenhuma percepção aparente, bocejar em resposta. A sobrenaturalidade pode ser observada em proximidades especiais, mas sem nenhum contato direto, esse efeito ocorre.

## Humor

Dois caipiras se encontram:

- Compadre! Quanto tempo! Quais são as novidades?
- De novidade mesmo só que morreu meu tio, minha tia, minha sobrinha e o meu sobrinho.
- Eita! Todos eles morreram?
- Tudinho...
- Mas morreram de que, homi de Deus?
- De derrame...
- Os quatro de derrame?
- Os quatro. Eles estavam na caçamba de um caminhão, indo pra Belizante, daí a danada da caçamba virou numa curva e foi um derrame só. Eles tudinho lá pra baixo...

\*\*\*

Um caipira de Minas Gerais, durante uma caminhada pelo sítio encontra uma lâmpada mágica. O gênio então lhe concede três pedidos. Depois de pensar um bocadinho, ele então pede:

- Me dá um queijo...

Pensou mais um bocadinho e fez o segundo pedido:

- Me dá outro queijo...

Pensou mais outro bocadinho e fez o terceiro pedido:

- Agora você me dá também uma muié...

E o gênio, estranhando os pedidos, pergunta:

- Por que você pediu dois queijos e só uma mulher?

E o caipira explica:

- Ah! Seu moço! É que eu fiquei com vergonha de pedir outro queijo...

## Mensagens

Não apresse a chuva, ela tem seu tempo certo pra cair e saciar a sede da Terra. Não aprece o Sol, ele tem seu tempo certo de anunciar o amanhecer até o último raio. Não aprece a tua alegria, ela tem seu tempo certo pra aprender com a sua tristeza. Não aprece o silêncio, ele tem seu tempo certo de paz após o barulho cessar. Não aprece o amor, ele tem seu tempo certo de semear nos solos mais áridos do teu coração. Não aprece a raiva, ela tem seu tempo certo para abrir-se nas águas mansas da tua consciência. Não aprece o outro, pois ele tem seu tempo certo para florescer aos olhos do Criador. Não aprece a ti mesmo, pois precisarás de tempo certo para sentir a tua própria evolução.

## Pensamentos, provérbios e citações

Não tenha medo, tenha fé.

Um homem não envelhece, quando sente paixão.

A distância separa dois olhares, mas nunca dois corações.

Quem encontra prazer na solidão ou é fera selvagem ou santo.

A noite todas as pardas são gatas.

No dia em que nasce é que começam as suas tarefas.

O honesto sonha com aquilo que o pecador realiza.

Não faças aos outros aquilo que não queres que te façam.

As oportunidades nunca chegam elas estão entre nós.

O verdadeiro nome do amor é cativoiro.

Desculpar por quê? Ignorar vale mais a pena.

Nas horas da crise, o difícil é não cumprir com o dever.

Onde a luz bate mais forte a sombra é mais escura.

A corda sempre arrebenta do lado mais fraco.

Aquele que sabe comandar sempre encontra quem sabe obedecer.

De médico, poeta e louco todo mundo tem um pouco.

O tempo dura o bastante para aqueles que sabem aproveitá-lo.

Criatividade é tornar simples o que é complicado.

A felicidade nasce quando se dá felicidade.

Queres que falem bem de ti? Então morra!

Não, eu não me esqueci, eu só não quero me lembrar.

Oficial de Registro Civil das Pessoas Naturais da Comarca de Tremembé/SP

Livro D-25, FLS. nº 163, Termo nº 7194

Faço saber que pretendem se casar LUCAS LEWIN e PAULA CARVALHO DE SOUZA, apresentando os documentos necessários exigidos pelo artigo 1.525, incisos 1, 3 e 4 do Código Civil Brasileiro. Ele é natural de Campos do Jordão-SP, nascido no dia 19 de setembro de 1981, de profissão jornalista, de estado civil solteiro, residente e domiciliado na Rua Serra das Araras, nº 685, Village da Serra, Tremembé/SP, CEP: 12120-000, filho de DEODORO LEWIN, de 65 anos, natural de Campos do Jordão/SP, nascido na data de 15 de novembro de 1954, residente e domiciliado em Caraguatuba/SP e de SILVIA REGINA IOCI FERREIRA LEWIN, de 60 anos, natural de Campos do Jordão/SP, nascida na data de 24 de maio de 1960, residente e domiciliada em Campos do Jordão/SP. Ela é natural de Cruzeiro-SP, nascida no dia 15 de março de 1991, de profissão professora, de estado civil solteira, residente e domiciliada no mesmo endereço do contraente, filha de RAIMUNDO LUCIANO DE SOUZA, de 61 anos, natural de Soledade de Minas/MG, nascido na data de 10 de novembro de 1958 e de DIRCE CORDEIRO CARVALHO DE SOUZA, de 55 anos, natural de Franciscópolis/MG, nascida na data de 21 de maio de 1965, ambos residentes e domiciliados em Tremembé/SP. Se algum souber de algum impedimento, oponha-o na forma da Lei. Lavro o presente para ser afixado em Cartório e cópia para a imprensa local desta cidade.



## Câmara Municipal de Monteiro Lobato Estado de São Paulo

### AUDIÊNCIA PÚBLICA PARA DISCUSSÃO DO PROJETO DE LEI DO EXECUTIVO Nº 25/2020 – REINSTITUI POR REVISÃO O PLANO DIRETOR DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL DO TURISMO NO MUNICÍPIO DE MONTEIRO LOBATO

Visando promover debates e incentivar a participação popular na discussão do **Projeto de Lei do Executivo nº 25/2020 – REINSTITUI POR REVISÃO O PLANO DIRETOR DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL DO TURISMO NO MUNICÍPIO DE MONTEIRO LOBATO**, a **Câmara Municipal de Monteiro Lobato** torna público que tendo em vista as medidas de prevenção à infecção e à propagação do COVID-19, com restrição de acesso ao público aos atos municipais inclusive audiências públicas, o Projeto de Lei do Executivo nº 25/2020 estará à disposição no site oficial da Câmara Municipal. Os interessados poderão tirar dúvidas e solicitar explicações que julgarem necessárias até o dia **30 de junho**, através do Sistema Eletrônico de Serviço de Informação ao Cidadão – e-SIC ou através de e-mail: [camaramlobato@uol.com.br](mailto:camaramlobato@uol.com.br).

Vereador Carlos Renato Prince - Presidente da Câmara  
Vereador Luís Carlos Diniz – 1º Secretário

## Divulgado o edital de chamamento para Cedin do Santa Hermínia



Organizações da sociedade civil que se interessarem em administrar o Centro de Educação Infantil (Cedin) Sylvio de Barros Bindão, no Santa Hermínia, região leste da cidade, já podem consultar o edital no site da prefeitura. Para informações e esclarecimentos sobre o edital, a Secretaria de Educação e

Cidadania realizará, no dia

1º de julho, às 14h30, uma sessão pública na sede da Secretaria (rua Felício Savastano, 240, Vila Industrial).

O encontro será realizado com todas as medidas de prevenção apontadas pelo Governo do Estado e o Comitê de Enfrentamento à Pandemia do Coronavi-

rus.

O envelope, contendo a proposta e demais documentos exigidos no edital, deverá ser entregue no dia 15 de julho de 2020, às 14h30, no mesmo local informado acima. Com investimento de aproximadamente R\$ 6 milhões, o Cedin vai atender cerca de 400 alunos de 0 a 5 anos.

## EXPEDIENTE

JORNAL DIÁRIO E REGIONAL  
A GAZETA DOS MUNICÍPIOS

Editada por Editora Flor do Vale Jornalismo

Comunicação e Promoção Ltda.

CNPJ: 61.661.328/0001-43

Rua dos Lírios, 171- Flor do Vale - Tremembé - SP

Tel. (0xx12) 3672-2257

Fax (0xx12) 3672-4831

CEP 12120-000

E-mail: [publicacoesgazeta@hotmail.com](mailto:publicacoesgazeta@hotmail.com)

Registro no INPI 81717790

Impresso em 23/06/2020

Diretor responsável pela publicação:

Daniel Domingues Ribeiro PRT 004860

Diretora Comercial: Dolores Russo

Editoração Eletrônica e Impressão: Pré Impressão Gráfica - SP - Capital.

Representante em São Paulo.

REVESP Representações Ltda.

Alameda dos Jurupes, 455

Conj. 46 - São Paulo -CEP 04088-001

Filiado a ADJORJ Associação dos

Jornais do Interior.

Sistema de distribuição dirigida.

Materiais pagas ou autografadas, não representam necessariamente a opinião deste jornal.

**Atenção:** Este jornal é distribuído à todas as Prefeituras e Câmaras Municipais do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Região Serrana, além de vários órgãos Federais, Estaduais e Municipais.

**Aviso:** Não existe falta de jornais para demanda diariamente. Edições atuais e de arquivos estão sempre a disposição no endereço: Rua dos Lírios nº 171, Bairro: Flor do Vale, Tremembé-SP, onde poderão ser retiradas.

## Motociclista morre na via Dutra após se envolver em colisão com dois carros na altura de Canas



Um acidente na manhã deste sábado (20) vitimou um motociclista na Via Dutra, na altura do município de Canas. De acordo com a Polícia Rodoviária Federal (PRF), por volta das 04h55, a vítima se envolveu em uma colisão com dois veículos de pas-

seio no km 44 da pista sentido São Paulo.

Com a força do impacto, segundo a polícia, o motociclista foi arremessado a uma grande distância. Ele não resistiu aos ferimentos e teve morte instantânea. A moto do rapaz ficou inteiramente destruída.

Foram acionadas equipes da PRF, unidades de resgate e concessionária, assim como a Nova Dutra para a interdição da pista, sendo que os veículos envolvidos no acidente permaneceram no acostamento. As causas do acidente serão apuradas.

## Trabalhar a autoestima ajuda a enfrentar a pandemia



Um período difícil como o que estamos vivendo traz consigo uma série de emoções e sentimentos: insegurança, ansiedade, impotência, preocupação, medo. Tudo isso, em conjunto com o isolamento social e a falta de contato com outras pessoas, colabora muito para o enfraquecimento da autoestima. Porém, há uma série de coisas que podemos fazer para evitar essa situação e manter a autoestima em dia. Isto, inclusive, é importantíssimo para lidar com a pandemia, já que os transtornos emocionais são muito comuns em épocas assim, e a autoestima alta ajuda a relaxar, encarar a situação com mais leveza e viver com maior bem-estar.

**Aceite o momento**  
Não há no mundo quem não tenha sido prejudicado pela pandemia de alguma maneira. Todos estão sofrendo e cada um lida com isso de um modo diferente. Portanto, não se cobre como se tudo estivesse normal: faça o que for preciso em seu próprio ritmo. Além disso, não se compare a outras pessoas, já que alguns ficam menos abalados com a situação. Invista no autoconheci-

mento  
Autoconhecimento é um ponto chave na autoestima. Uma boa forma de conquistá-lo é através da meditação. Atualmente, é possível encontrar muitos conteúdos online que guiam o processo, então é uma ótima chance de utilizar o tempo livre e tentar essa prática.

**Inicie novas atividades**  
Quando se sentir disposto, inicie novas atividades: pode ser uma leitura, algum curso online ou até um projeto mais elaborado. Mesmo que a atividade escolhida não tenha nada a ver com suas obrigações, a sensação de progresso e aprendizado colabora com a autoestima e com a motivação.

**Cuide de seu corpo para você mesmo**  
É comum nos arrumarmos mais quando vamos sair de casa e ver outras pessoas. Porém, o cuidado pessoal é um fator que pode ter muita influência na autoestima, dependendo do comportamento individual, pois a autoimagem é um elemento fundamental. Por isso, se embelezar para ficar em casa é uma boa ideia para ganhar ânimo. E não se culpe por investir em beleza, seja em

tendências, como a moda do botox capilar, seja nos produtos tradicionais, como hidratantes, perfumes, produtos de skincare e maquiagens.

**Encontre seus amigos virtualmente**

Encontrar os amigos é essencial para a autoestima, pois influencia em nosso autoconceito. Por isso, não passe muitos dias sem falar com as pessoas que você gosta. Aproveite as tecnologias e faça grandes reuniões, festas virtuais, jogos coletivos etc.

**Adote um animal de estimação**

Passar a quarentena sozinho é muito complicado, mas os bichinhos podem ajudar muito nesse momento. Cogite a adoção de um animal de estimação. Esse ato colabora imensamente para a autoestima, já que transforma a forma como lidamos conosco - envolvendo sentidos de responsabilidade, amor e carinho. Além disso, você estará fazendo uma boa ação, pois as adoções diminuíram por conta da pandemia.

O Centro de Controle de Zoonoses em São José dos Campos conta com mais de 60 animais esperando por um lar.

## São Sebastião registra menor taxa de letalidade por Covid-19 do Litoral Norte



O município de São Sebastião obteve a menor taxa de letalidade por Covid-19 no Litoral Norte do Estado de São Paulo. Esse é apontamento da Associação dos Municípios do Vale do Paraíba, Litoral Norte, Serra da Mantiqueira e Alto Tietê/Mogi (CODIVAP).

De acordo com o órgão, São Sebastião registrou 1,1% no índice de óbitos em relação aos casos confirmados. É a mais baixa entre as cidades da região. Na segunda posição desse critério, estava Ilhabela, com 1,6% de letalida-

de, seguida por Ubatuba (6,1%) e Caraguatatuba (7,2%).

O município também se destaca por apresentar o maior índice de testagem para Covid-19 do Litoral Norte: São Sebastião já realizou mais de 8.500 testes (9,6% da população). Para efeito de comparação, o arquipélago havia testado até ontem 1.625 da sua população, correspondente a 4,6% dos ilhéus.

Esses índices estão diretamente relacionados aos bons resultados obtidos pelas ações de enfrentamento da Prefeitura de

São Sebastião.

Uma dessas ações é a criação de complexo hospitalar exclusivo para casos de coronavírus, estrutura para hospital de campanha, compra antecipada de equipamentos e insumos hospitalares.

O projeto também envolve a criação de uma equipe multiprofissional de sentinela que acompanha os positivados e familiares, além de bloqueios sanitários educativos durante feriados e realização de testes para Covid-19 por amostragem e por segmentos da sociedade.

## Embraer desenvolve aplicativo para monitoramento da saúde dos colaboradores



Um aplicativo dedicado ao monitoramento da saúde de cada colaborador é a novidade que a Embraer apresentou nesta semana. A ferramenta foi desenvolvida para oferecer resultados eficazes, independentemente se os colaboradores estão em trabalho remoto, férias coletivas ou em atividade presencial.

Na prática, o relato diário e voluntário contribui com a identificação de sintomas compatíveis com os da Covid-19 e antecipação das ações necessárias. De acordo com a Embraer, o questionário de triagem segue o modelo utilizado pelo Governo do Estado

de São Paulo e conta com acompanhamento em tempo real dos profissionais de saúde e segurança da empresa, que orientam o funcionário com medidas de prevenção, controle e redução dos riscos de transmissão do novo coronavírus, se necessário.

O aplicativo conta com versões para celulares Android e iPhone (iOS). A ferramenta fortalece as ações de prevenção em todas as unidades da Embraer no Brasil, com o registro de informações confiáveis para o monitoramento e análise contínua de diagnóstico e combate

ao Covid-19 nas regiões onde a empresa está presente.

Além dos rigorosos protocolos de saúde e segurança estabelecidos para quem precisa acessar as instalações, como uso obrigatório de máscara, medição diária de temperatura, distanciamento, higienização recorrente das mãos e ferramentas, a Embraer também vem realizando uma série de iniciativas voluntárias de combate à pandemia e aos efeitos da COVID-19, em especial por meio de parcerias com entidades do setor de saúde e empresas do meio hospitalar



# CORONAVÍRUS COVID-19

## saber e fazer.

### Como posso me proteger?

- Lave as mãos com frequência, com água e sabão, ou higienize com álcool em gel 70%.
- Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.
- Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas e fique em casa até melhorar.
- Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos com água e sabão.
- Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.
- Evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados.

### Como o coronavírus (Covid-19) é transmitido?

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo (cerca de 2 metros), por meio de:

- Gotículas de saliva
- Espirro
- Tosse
- Catarro
- Toque ou aperto de mãos
- Objetos ou superfícies contaminadas

### E quais são os principais sintomas?

O coronavírus (Covid-19) é **similar a uma gripe**. Geralmente é uma doença leve a moderada, mas alguns casos podem ficar graves. Os sintomas mais comuns são:

- Febre
- Tosse
- Dificuldade para respirar



Secretaria de Saúde



Acesse:

[saude.gov.br/coronavirus](http://saude.gov.br/coronavirus)



MINISTÉRIO DA SAÚDE



Venda de 1 gráfica de médio porte completa, preço abaixo do mercado ótima oportunidade de negócio  
Informações (12) 98164-2108

**ATENÇÃO! MOTORISTA DE APP - MOBILIDADE URBANA.** Está chegando na sua região algo inovador, com ganhos de 100% a corrida e muito mais! Inscrições pelo link abaixo.  
Contato (12) 99772-1688

# A Gazeta dos Municípios

**Leia e Anuncie**  
**Tel: (12) 3672-2257**

**Circulando no Vale do Paraíba Litoral Norte e Região Serrana**

Para o leitor: Grande conteúdo e informações confiáveis  
Para empresários: Uma vitrine de grande alcance e eficiência

[www.agazetadosmunicipios.com](http://www.agazetadosmunicipios.com)

A Comissão do Meio Ambiente em parceria com o Ferro Velho Tremembé implementará a coleta seletiva dos produtos recicláveis e reutilizáveis.

O projeto visa construir uma comunidade com consciência ambiental e incentivar os cuidados com a natureza.

### Faça parte desse Projeto!

Descarte os produtos reciclados e reutilizáveis no espaço ambiental que se localiza na Casa do Advogado e na sala da OAB no fórum na cidade de Tremembé.

O espaço ambiental é destinado exclusivamente para os Advogados(as) e seus Familiares nesse primeiro momento.

“Reciclar Transforma, Reutilizar é Vida e Consciência é Hábito”



## PREFEITURA MUNICIPAL DE POTIM

Aviso de Abertura de Diligência – Pregão Eletrônico Nº 020/2020 – Registro de Preços para Aquisição Futura e Parcelada de Medicamentos II. Convocamos as empresas CRISTALIA PRODUTOS QUÍMICOS FARMACEUTICOS LTDA, a comprovar, no prazo de 02 (dois) dias, a regularidade do produto na Agência Nacional de Vigilância Sanitária, conforme Numeração de Registro apresentado na Proposta Vencedora e a empresa ÁGIL DISTRIBUIDORA DE MEDICAMENTOS LTDA, comprovar a execução do fornecimento dos produtos relacionados com o Atestado de Capacidade Técnica apresentado e a Comprovação da Regularidade do Produto na Agência Nacional de Vigilância Sanitária, conforme Numeração de Registro apresentado na Proposta vencedora. O não atendimento ao solicitado resultará na inabilitação da empresa. Potim, 22 de junho de 2020. André L. S. Oliveira – Pregoeiro.